

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil analisis korelasi *product moment* (*pearson correlation*) diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar $-0,891$ $p = 0.000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan *burnout* pada karyawan perusahaan PT. Larrisa Yogyakarta. Artinya semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah *burnout* pada karyawan perusahaan PT. Larrisa Yogyakarta. Sebaliknya, jika semakin rendah efikasi diri maka semakin tinggi *burnout* pada karyawan perusahaan PT. Larrisa Yogyakarta. Selain itu hasil penelitian ini juga menunjukkan koefisien determinasi (R^2) juga menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki kontribusi sebesar 79,4% terhadap variabel *burnout* dan sisa presentasi lainnya sebesar 20,6% dipengaruhi oleh faktor lain, seperti faktor pekerjaan, jabatan, organisasi, demografi dan sikap kerja.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka saran yang dapat diberikan sebagai berikut :

1. Bagi subjek

Bagi karyawan perusahaan PT. Larrisa Yogyakarta, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada subjek agar subjek dapat menumbuhkan kesadaran akan pentingnya efikasi diri dengan cara lebih semangat pada saat bekerja serta memiliki keyakinan yang kuat untuk

percaya diri yang tinggi dalam lingkungan pekerjaan sehingga tingkat efikasi diri semakin tinggi dan *burnout* semakin rendah.

2. Bagi perusahaan

Bagi pihak perusahaan diharapkan dapat menurunkan *burnout* dengan cara lebih memperhatikan lagi para karyawan serta memberikan dukungan kepada karyawan dengan cara memberikan program pelatihan untuk meningkatkan kepercayaan diri, pelatihan mengenai penerapan stres dan juga pelatihan kerja sama tim dengan demikian efikasi diri para karyawan semakin meningkat dan *burnout* semakin rendah.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti dengan mempertimbangkan faktor-faktor seperti karakteristik demografi, konsep diri rendah, karakteristik pekerjaan, sikap kerja. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengambil jumlah subjek yang lebih besar terutama perusahaan yang sedang berkembang saat ini, penelitian lain juga perlu memperhatikan referensi daftar pustaka untuk lebih memperkuat teori penelitian selanjutnya.